

# انفجار الوضع بصورة خطيرة في لبنان

## نصف سورى مدفعى وجوى لقوات السيارات والقوات البحرية

وت - الوكالات - افادت وكالات الأنباء أمس انه طرا انفجار خطر على الوضع في لبنان، واشتدت حدة الاقتتال في اماكن مختلفة من العاصمة اللبنانية وضواحيها في حين اعلنت منظمة التحرير ان القوات السورية قامت أمس بقصف مدفعى وجوى لمواقع القوات اليسارية والمنظمات متسببة لها بخسائر كبيرة في الارواح ولم يؤيد هذا التبا من أي مصدر آخر

### كثرت على الدول العربية الاعتراضات

بإسرائيل وتوقيع معاهدة سلام معها - نيوجيرسي - دويتس - أعلن جيمي كارتر المرشح الرئيسي للحزب الديمقراطي لانتخابات الرئاسة الأمريكية ان قرار مجلس الأمن رقم ٢٤٢ يجب ان يكون الأساس لتسوية في الشرق الأوسط

وقال ان على الدول العربية ان تعترف بإسرائيل وتوقع معاهدة سلام معها

وتنظر السيد كارتر الى الجزء من القرار الذي يدعو الى انسحاب إسرائيل من المناطق المحتلة فقال ان الحدود النهائية بين إسرائيل وجيرانها يجب ان تتقرر في مفاوضات مباشرة بين الفرقاء

وقال ان السلام الحقيقي في الشرق الأوسط يجب ان يرتكز على ضمان مطلق لإسرائيل بالبقاء والأمن وأنه لن يتنازل أبداً عن هذه الثقة لأن بقاء إسرائيل ليس قضية سياسية بل التزام أخلاقي وواجب

وأضاف ان على الولايات المتحدة ان تسعى لبدء مفاوضات مباشرة بين أطراف النزاع في الشرق الأوسط وفي نفس الوقت اكد وجوب قيام أمريكا بتقديم المساعدات لمصر

### غليان في جيش سوريا

ببعض تدخل سوريا في لبنان - دمشق - الوكالات - تفيد الأنباء الواردة من العاصمة السورية ان ثمة غلياناً داخل سوريا ضد نظام حكم الرئيس الأسد

وذكر راديو القوات السورية في بيروت أمس ان ٤٠٠ ضابط سوري قد اعتقلوا، كما ان ضابطين قد اعدموا لمعارضة نظام

لسياسة الرئيس الأسد بما يتعلق بالامانة اللبنانية - وأضاف الراديو ان الرئيس السوري رفض استقبال وفد من القضاة العرب له عن استئناف من الخطوات التي يتخذها

وأعلن وزير الاعلام السوري احمد اسكندر ان القوات السورية ستبقى في لبنان طالما كانت حاجة لذلك

وأكد على ان هذه القوات لم تطلق حتى طلة واحدة منذ ان دخلت الى لبنان

وقد رفض وزير الاعلام السوري التخلي عن اياها عن وضع رئيس اركان الجيش السوري اللواء حكمت الشهابي تحت الإقامة الجبرية

وكان قد نشر على الجرائد السورية قبل يومين ان الرئيس السوري قد ذكر اسم ان اللواء الشهابي قد وضع تحت الإقامة الجبرية

التي على ٦ ع ١

### بيع عيارات طبية

تسع قمرية في الميناء العربي في بيروت - حيفا - من يوتيل داد - أعلن السيد شالوم غرايك المسئول عن الخدمات الطبية في الوسط العربي ان ادارة صندوق المرضى كوبات حولت قررت فتح ٧ عيادات طبية

جديدة في الوسط العربي بالبلاد خلال الاشهر القليلة القادمة

وقال انه بالإضافة الى فتح هذه العيادات يشجع قريبا في تشييد بنائين لميادين طبيين الاول في قرية الطيبة والثاني في قرية كفر ياسيف بالجليل الغربي

وأضاف السيد غرايك ان تكاليف تشييد هاتين الميادين الطبييتين تقدر بأربعة ملايين ليرة - ولليستقل غير بعيد سيتم تشييد عيادات مماثلة في شفا عمرو وفي المزيد من القرى العربية ويبدو ان صندوق المرضى كوبات حولم يملك حاليا ٧٥ عيادة طبية في

الجليل، قسم الهندسة - ان العمل التطوعي دليل وعي وتقدم وسمو اخلاق المواطنين - ثلثتنا التامة بوعي وحسب لمدينتك - فاننا ندعوك للتسجيل فوراً في العمل التطوعي وللعمل في اي وقت تراه مناسباً وضمن اية خدمة من خدمات العمل التطوعي - التسجيل - بلدية الخليل، قسم الهندسة - لجنة العمل التطوعي بالخليل

### عبدى أمين يؤيد التدخل السوري في لبنان

مشق سوري - أعرب الرئيس المؤقت عبدى أمين أمس عن تأييده للتدخل السوري في لبنان، ووصف الاقتتال الأمل هناك بأنه مؤامرة امريالية صهيونية

وأوضح للصفيين خلال زيارته مدينة القنيطرة للمرة الثانية حزين غصداً إسرائيل في مرتفعات الجولان بشأن المؤامرة في لبنان تهدف الى تعزيز وحدة الصف العربي

وتعهد بتأييد بلاده لسوريا وأعرب عن ثقته بأن الأراضي العربية المحتلة ستعود الى أصحابها الأصليين

وأكد السيد الون وزير الخارجية مجلس الوزراء بان مجلس الأمن الدول قد يبدأ قريباً بمناقشة تقرير لجنة الضميرين حول المسألة الفلسطينية

وأكد السيد الون ان حكومة إسرائيل لا تعترف بقرار الجمعية العمومية الخاص بتشكيل هذه اللجنة كما لا تعترف باللجنة وان تعاون معها

وأعرب السيد الون عن اعتقاده بأنه يتربى على إسرائيل مقاطعة نقاش مجلس الأمن حول هذا التقرير

وبدا مجلس الوزراء في جلسته الاسبوعية أمس دراسة اقتراح السيد رايونيتش وزير المالية تقليص مبلغ ١٩٠٠ مليون ليرة من موازنة الدولة للعام المقبل لتقليص التضخم المالي

ووفقاً لاقتراح وزير المالية قلصت موازنة وزارة الدفاع بمبلغ ٧٥٠ مليون كما قلصت موازنة وزارة الإسكان بمبلغ ٤٠٠ مليون ليرة

وسواصل مجلس الوزراء مناقشة اقتراح تقليص موازنة الدولة في جلسته القادمة

### فريد لا يتوقع انعقاد مؤتمر حيف هذا العام

واشنطن - الوكالات - أعلن الرئيس الأمريكى جيرالد فورد في مقابلة تلفزيونية أمس انه لا يمكن الافتراض بان مؤتمر في القدس للسلام في الشرق الأوسط سينعقد خلال العام الحالي

وأكد ان الولايات المتحدة تحاول إجراء محادثات وتقتل ثنائي مع أطراف النزاع في الشرق الأوسط وإنها تضغط على دول أخرى من أجل الإلتزام والسريع لدعا على طريق السلام

وتنظر الرئيس الى أحداث لبنان ودخول قوات سورية الى الأراضي اللبنانية فقال ان الحكومة الأمريكية تعارض كل تدخل عسكري عبراً عن اعتقاده بان مثل هذه التدخل قد يؤدي الى الإخلال بالوضع رغم ان التدخل السوري تم حتى الآن في جو

من ضبط النفس - وأضاف انه لا يعتقد بان تدخل عسكري هو حل حسن لتسوية مشاكل سياسية في لبنان

وتنظر خلال المقابلة لثلاثين سيرة داخلية فأعرب عن اعتقاده بأن سينتخب من قبل الحزب الجمهورى كمرشح للرئاسة في أمريكا وذلك في المؤتمر الاول الذي سيقدمه الحزب في شهر اب في كنزاس سيتي

### احتجاج على تخفيض الوكالة مواد تموينية

نايس - محمد عميرة - أعلن مظاهري وجهاء اللاجئين في منطقة نابلس عن امراءهم بالاعتصام في مكاتب وكالة في القدس ومكاتب الوكالة في المناطق وادارات المخيمات اعتباراً من صباح الجمعة وحتى مساء السبت القادم وذلك احتجاجاً على قيام الوكالة بتخفيض المواد التموينية المقدمة اليهم واعتلوا انهم سيستقروا في اضرابهم عن استلام هذه المواد ان ان تعاد اليهم حقوقهم كاملة

وقد جاء ذلك في تنقيب لهم على تصريحات للدكتور محمد شريف مدير عمليات الوكالة في الضفة الغربية - حاول فيها تبرير موقف الوكالة -



الانبياء ٧ حزيران ١٩٧٦ الموافق ٩ جمادى الثانية ١٣٩٦ العدد ٢٣٢٨ السنة الثامنة

AL-ANBA DAILY - JERUSALEM MON. 7 JUNE 1976 VOL. VIII No. 2328

### فصل إسرائيل لقرار لجنة الضميرين

م لا عشان بالجنة اراياد احتمال مقاطعة ناعش التقرير

القدس - استمع مجلس الوزراء أمس الى تقرير مفصلة حول تطورات الأوضاع في لبنان ولتصانها العسكرية السياسية قدمها رئيس الوزراء وزير الدفاع والخارجية ورئيس شعبة الاستخبارات في جيش الدفاع الإسرائيلي

وأبلغ السيد الون وزير الخارجية مجلس الوزراء بان مجلس الأمن الدول قد يبدأ قريباً بمناقشة تقرير لجنة الضميرين حول المسألة الفلسطينية

وأكد السيد الون ان حكومة إسرائيل لا تعترف بقرار الجمعية العمومية الخاص بتشكيل هذه اللجنة كما لا تعترف باللجنة وان تعاون معها

وأعرب السيد الون عن اعتقاده بأنه يتربى على إسرائيل مقاطعة نقاش مجلس الأمن حول هذا التقرير

وبدا مجلس الوزراء في جلسته الاسبوعية أمس دراسة اقتراح السيد رايونيتش وزير المالية تقليص مبلغ ١٩٠٠ مليون ليرة من موازنة الدولة للعام المقبل لتقليص التضخم المالي

ووفقاً لاقتراح وزير المالية قلصت موازنة وزارة الدفاع بمبلغ ٧٥٠ مليون كما قلصت موازنة وزارة الإسكان بمبلغ ٤٠٠ مليون ليرة

وسواصل مجلس الوزراء مناقشة اقتراح تقليص موازنة الدولة في جلسته القادمة

### خفية أمريكا مراجعة سيطرون حلفاً نظرياً والارطول هو قناتي

لندن - وصف - نشرت صحيفة صاندي لتغراف أمس ان الولايات المتحدة طلبت الى بريطانيا تعزيز اسطولها في البحر الأبيض المتوسط في ظل الخشية من حدوث مواجهة بين سفن حلف شمال الأطلسي وسفن الاسطول السوفياتي بسبب الازمة في لبنان

وقالت انه سيتم عدد من السفن البريطانية تنقسم الى الاسطول البريطاني في البحر المتوسط

ومن بين السفن التي يتوقع وصولها مدعة الصواريخ البريطانية - ديفون - والتي ستزور ميناء حيفا

وأضافت الصاندي لتغراف ان ٧٠ سفينة تابعة للاسطول السوفياتي بما فيها حاملات طائرات هليكوبتر وزنها البالغة على ٦ ع ٥

### قوات اردنية خاصة توفد الى لبنان

يت لهم - كراستنا - علم من مصادر لها صلة بيش الفصائل الاردنيين ان قوات اردنية وخاصة من القوات الخاصة العربية جديدا وصيا قد غادرت لملان في سوريا ودخلت اكثر من نصفها الأراضي اللبنانية وستنشط بالوقت الخاصة الأردنية في اقتراح وحرب العصابات ضد الميليشيا الفلسطينية في بيروت منقطة مواقع الكنايين

### تعزيز القنات

س - بحث امس اعضاء اللجنة المشتركة للسوق المشتركة واسرائيل في الجولة الثانية من المباحثات في مبنى الكنيست تشكيل مجموعات عمل مشتركة التعاون والبحث الصناعي وعلامة الوصفات الصناعية في

احل كذلك التي في دول البقية على ٦ ع ٤

الشرطة •



# سابقا سوداني أحبها ملدي.. ثم لسويديون لأن أحدها وليا أحدها وحسب تصورها



حافظ الملك تارل غوستاف على التقاليد : ان جميع وراثه العرش في السويد اعلموا بخطواتهم على هذا المنع .

## اسرار لغة الاسماك !

العلماء يبحون عن لغة التهام في عالم الاحياء المائية . ويقررون من حل الفاز الاصوات المنطقه من الاسماك والدرايفيل والحيات وترجمة معانيها . لقد ابتكى العلماء والخبراء البريطانيون ، أجهزة حديثة قادرة على التقاط اصوات الاسماك والحيوانات البحرية ، وتمكنوا من تفسير بعض رموزها .

من بين الاسماك التي خضعت للدراسة ، احد الانواع الاكبر القادرة على التمييز عن رغباتها بواسطة الاصوات الاخرى وهو يدعى الانثى ويتلن في استجابتها !

ويعتقد العلماء ، ان الاصوات ليست وحدها مستخدمة في التخاطب بين الاسماك وان هناك مادة كيميائية تفرزها هذه الاسماك وتنتشر في السراب الاسماك وتتجاوب معها !

وقد برهن الدكتور شميت عن ثقافته النادرة ، وعن رصانة وثباته ، رافعة ، في عالم الترجمة والعلوم ، وقد تم الاختيار على سيلفيا من بين ١٥٠٠ مرشحة من اجل ان تكون مديرة الترشيحات لمقابلة الغرباء ، بمناسبة الالعب الاولمبية في ميونيخ لعام ١٩٧٢ وهكذا من اجل الصف التي تعرفت سيلفيا على زوج المستقبل .

وتزمن سيلفيا بانفس ، وقالت انها حاولت اخفاء وجهها ولكن بسلامة ، وكانت عندما ذهب الى ستوكهولم لمقابلة حبيبها ، تضع الشعر على السمتار والقفازات من اجل ان لا تلفت الانتباه .

وقد استنجد الشعب السويدي بانها فتاة جيدة ، وقد سقن لها الجمهور الفخر الذي تجمع بالقرب من القصر الملكي ، عندما ظهرت مع حبيبها الملك غوستاف على شرفة القصر ، واعلمن الملك غوستاف : هذه هي ملككم .



هكذا بدت سيلفيا في لالعب الاولمبية في ميونيخ في عام ١٩٧٢ ، اليوم الذي التقت فيه بملك السويد .

ستوكهولم ، وكان لشدة عيانه يتصل بسيلفيا كل صباح ، تعيش سيلفيا مع والديها في هابيلدورف ، ووالدها رجل اعمال متقاعد ، نشأ في البرازيل وتزوج امرأة برازيلية تدعى اليس دو توليدو .

## الاحتفال الشمالي للكانزيتو دوساوي مليسة السرح فقلدت ٨ كغ من وزنها



واليد ، تحفل بالعيد الشمالي لمرحبا . وقد اعدت للامسية برنامجا كلف مليون وعاشي الف فرنك صرفت الفرنسية عنه .

على ٤٥ لوحة و ٨٠٠٣ ارباب منها ٢٢ من اجل نفسها و ٥٦٦ زوجا من الاحذية و ٣٨٠ قبة و ٢٨٠ باروكه من الشعر السمتار ، وتقول ان انها ارادت ، في هذا البرنامج ، المحافظة على تقاليد الفخامة واللبخ في اللوحات ورفعة القرائن كالكائن .

بالإضافة الى خبزها في المسرح الثاني الأمريكي ، والفرقة المؤلفة من ١٣ موسيقي و ١٢ رافضا و ٣٥ رافضة تتدرب ٨ ساعات يوميا ، وقد فقت ١٠٠ ، حتى الان ، ٨ كيلو غرامات من وزنها .

## الرويا باليدين

يحاول العلماء ، والخبراء ، التغلب على مشكلة الصائين بالعمى والصم واليكم في ان واحد وتوفر الوسائيسل التكنولوجية والبيولوجية الكفيلة بالتخفيف عنهم .

حدث تطور في هذا الميدان مع استخدام اليدين كوسيلة لعرشفه العالم ومساعدة من فقدوا البصر والسمع والتلف .

لقد اخترع الطبيب الالاني (لورم) لغة خاصة للمكفوفين ، تتكون من تقاطع وشارات ودوائر خاصة يستطيع الكفيف قراءتها بواسطة اللمس باليدين .

## الرويا باليدين

الطريقة تختلف عن طريقة بريل المعروفة لانها تعتمد على التهام الماسر ، انما لمس اليدين ولانها مكتوبة برموز بارزة فوق اليدين ، وبذلك سميت اللغة الجديدة "اللوموية" نسبة الى لورم مخترعها .

## يحتارون بالاجاب !

● في الوقت الذي اصيحت فيه نظرة المرأة في المانيا الاتحادية اكبر تفهما واصبحت المرأة الالمانية تتمتع باكثر قدر من الحرية وازدادت سماعتها فان الاهتمام بالحياة الزوجية قد هبط كما ان اجاب الاطفال لم يعد مستحبا جاء ذلك في نتيجة استفتاء للرأي اجراه معهد - النش باخ - في المانيا الاتحادية ونشرتها مجلة شترن .

**الانفلاقونق !**

في البرازيل الان يستمتعون لتوليد فصل الخريف واستقبال فصل الشتاء ، فان فصل السنة عندهم عكس ما هو متدا .

ومنذ ايام عيت هناك رياح عنيفة وتزلزل من السماء امطار غزيرة ، وقال الاهالي انها تبشير فصل الشتاء ، والشتاء عندهم يتميز بالقسوة وهو عادة موسم الانقلابات العسكرية والاحداث الدرامية .

اما الاحداث الدرامية هذا العام فقد بدأت تبشيرها هي الاخرى في انتشار وباء نوع جديد من الانفلاقونق اطلقوا عليه اسم "انفلاقونق هامينج يودوي" تسبب المرض بجله اعياء ، وضعف شديد .

ومع وباء الانفلاقونق ، تجي حملة الدعاية الانتخابية حيث ان هذا العام هو عام الانتخابات للجانالي البلدية في البرازيل ولا يوجد في البرازيل سوى حزب معارضة واحد مسموح له بممارسة نشاطه قانونا ، وهو حزب "الحركة الديمقراطية" ، وهذا هو الهدف من هذه الحملة الانتخابية حتى شهر اكتوبر القادم اي بعد ان ينتهي الشتاء ، ويصاحب هذه الحملة انتخابات لجانالي في البرازيل ، ومع ذلك فان كل شخص يتصارع مع هذه الحملة الانتخابية ، وهو واقارب واصدقاء وصاحبه الى ان يتسارع في هذه الحملة الانتخابية ، الامر الذي يجعل نتيجة الانتخابات متوقفة على مدى انتشار الانفلاقونق في البرازيل .

## حسبنا الحب

هل هناك علاقة بين نوع الأكل والسعادة الزوجية

افضا على سرعة فهم الطعام .

**\* الفانيلا :**

ويطلق عليها ملحة التوابل وذلك لمساعدتها في حالات الاختناق او غيق للتغلب على الاختناق الى مذاقها اللذيذ .

والان نعرض لك الوجبات التي يجب عليك تناولها في لالة ايام مع امكانية تكرارها .

**افطار كل يوم**

يجب ان تشتمل مائدة الافطار على ثريية من الخبز وقطعة من الزبد وملعقة من الزبد بالإضافة الى كوب من الشاي او القهوة ويمكن إضافة اللبن الحلي بالسكر الى الشاي او القهوة .

**السوائل**

عصير الليمون - انشاي - القهوة - اللبن .

**اليوم الاول**

وجبة خفيفة :

قطعة من الخبز - بيضة مقلىة بالسمك سلطة خس - فاكهة - كوب من عصير الليمون .

اذا اردت ان تتمى بحياة زوجية سعيدة فقم لزواجك هذه الوجبات .

**الوجبة الرئيسية**

قطعة من الكعك محمرة بالسمك وشفايا اليها بيض الفلفل الاسود - ثريية من البطاطس مضاف اليها بعض الكهون - ثريية من الخبز - سلطة خسار - ثمرة من الفاكهة اطازجة مثل التاج او البرتقال .

**اليوم الثاني**

وجبة خفيفة :

ثريية من الخبز - قطعة من الزبد ثريية من الجزر والفلف - بيضة مقلىة مضاف اليها كمية من الزنجبيل - ثريية من الكهري .

**الوجبة الرئيسية**

ثريية لحم محمرة بالسمك ومضاف اليها ملحقة من الزبد - طبق مكرونة مضاف اليه كمية من الفلفل الاسود - سلطة خسار - عصير ليمون نضجة واحدة .

**اليوم الثالث**

وجبة خفيفة :

٣ ثمرات من العاطف تقطع الى

## حسبنا الحب

افضا على سرعة فهم الطعام .

**\* الفانيلا :**

ويطلق عليها ملحة التوابل وذلك لمساعدتها في حالات الاختناق او غيق للتغلب على الاختناق الى مذاقها اللذيذ .

والان نعرض لك الوجبات التي يجب عليك تناولها في لالة ايام مع امكانية تكرارها .

**افطار كل يوم**

يجب ان تشتمل مائدة الافطار على ثريية من الخبز وقطعة من الزبد وملعقة من الزبد بالإضافة الى كوب من الشاي او القهوة ويمكن إضافة اللبن الحلي بالسكر الى الشاي او القهوة .

**السوائل**

عصير الليمون - انشاي - القهوة - اللبن .

**اليوم الاول**

وجبة خفيفة :

قطعة من الخبز - بيضة مقلىة بالسمك سلطة خس - فاكهة - كوب من عصير الليمون .

اذا اردت ان تتمى بحياة زوجية سعيدة فقم لزواجك هذه الوجبات .

**الوجبة الرئيسية**

قطعة من الكعك محمرة بالسمك وشفايا اليها بيض الفلفل الاسود - ثريية من البطاطس مضاف اليها بعض الكهون - ثريية من الخبز - سلطة خسار - ثمرة من الفاكهة اطازجة مثل التاج او البرتقال .

**اليوم الثاني**

وجبة خفيفة :

ثريية من الخبز - قطعة من الزبد ثريية من الجزر والفلف - بيضة مقلىة مضاف اليها كمية من الزنجبيل - ثريية من الكهري .

**الوجبة الرئيسية**

ثريية لحم محمرة بالسمك ومضاف اليها ملحقة من الزبد - طبق مكرونة مضاف اليه كمية من الفلفل الاسود - سلطة خسار - عصير ليمون نضجة واحدة .

**اليوم الثالث**

وجبة خفيفة :

٣ ثمرات من العاطف تقطع الى

## حسبنا الحب

افضا على سرعة فهم الطعام .

**\* الفانيلا :**

ويطلق عليها ملحة التوابل وذلك لمساعدتها في حالات الاختناق او غيق للتغلب على الاختناق الى مذاقها اللذيذ .

والان نعرض لك الوجبات التي يجب عليك تناولها في لالة ايام مع امكانية تكرارها .

**افطار كل يوم**

يجب ان تشتمل مائدة الافطار على ثريية من الخبز وقطعة من الزبد وملعقة من الزبد بالإضافة الى كوب من الشاي او القهوة ويمكن إضافة اللبن الحلي بالسكر الى الشاي او القهوة .

**السوائل**

عصير الليمون - انشاي - القهوة - اللبن .

**اليوم الاول**

وجبة خفيفة :

قطعة من الخبز - بيضة مقلىة بالسمك سلطة خس - فاكهة - كوب من عصير الليمون .

اذا اردت ان تتمى بحياة زوجية سعيدة فقم لزواجك هذه الوجبات .

**الوجبة الرئيسية**

قطعة من الكعك محمرة بالسمك وشفايا اليها بيض الفلفل الاسود - ثريية من البطاطس مضاف اليها بعض الكهون - ثريية من الخبز - سلطة خسار - ثمرة من الفاكهة اطازجة مثل التاج او البرتقال .

**اليوم الثاني**

وجبة خفيفة :

ثريية من الخبز - قطعة من الزبد ثريية من الجزر والفلف - بيضة مقلىة مضاف اليها كمية من الزنجبيل - ثريية من الكهري .

**الوجبة الرئيسية**

ثريية لحم محمرة بالسمك ومضاف اليها ملحقة من الزبد - طبق مكرونة مضاف اليه كمية من الفلفل الاسود - سلطة خسار - عصير ليمون نضجة واحدة .

**اليوم الثالث**

وجبة خفيفة :

٣ ثمرات من العاطف تقطع الى

## حسبنا الحب

افضا على سرعة فهم الطعام .

**\* الفانيلا :**

ويطلق عليها ملحة التوابل وذلك لمساعدتها في حالات الاختناق او غيق للتغلب على الاختناق الى مذاقها اللذيذ .

والان نعرض لك الوجبات التي يجب عليك تناولها في لالة ايام مع امكانية تكرارها .

**افطار كل يوم**

يجب ان تشتمل مائدة الافطار على ثريية من الخبز وقطعة من الزبد وملعقة من الزبد بالإضافة الى كوب من الشاي او القهوة ويمكن إضافة اللبن الحلي بالسكر الى الشاي او القهوة .

**السوائل**

عصير الليمون - انشاي - القهوة - اللبن .

**اليوم الاول**

وجبة خفيفة :

قطعة من الخبز - بيضة مقلىة بالسمك سلطة خس - فاكهة - كوب من عصير الليمون .

اذا اردت ان تتمى بحياة زوجية سعيدة فقم لزواجك هذه الوجبات .

**الوجبة الرئيسية**

قطعة من الكعك محمرة بالسمك وشفايا اليها بيض الفلفل الاسود - ثريية من البطاطس مضاف اليها بعض الكهون - ثريية من الخبز - سلطة خسار - ثمرة من الفاكهة اطازجة مثل التاج او البرتقال .

**اليوم الثاني**

وجبة خفيفة :

ثريية من الخبز - قطعة من الزبد ثريية من الجزر والفلف - بيضة مقلىة مضاف اليها كمية من الزنجبيل - ثريية من الكهري .

**الوجبة الرئيسية**

ثريية لحم محمرة بالسمك ومضاف اليها ملحقة من الزبد - طبق مكرونة مضاف اليه كمية من الفلفل الاسود - سلطة خسار - عصير ليمون نضجة واحدة .

**اليوم الثالث**

وجبة خفيفة :

٣ ثمرات من العاطف تقطع الى

## حسبنا الحب

افضا على سرعة فهم الطعام .

**\* الفانيلا :**

ويطلق عليها ملحة التوابل وذلك لمساعدتها في حالات الاختناق او غيق للتغلب على الاختناق الى مذاقها اللذيذ .

والان نعرض لك الوجبات التي يجب عليك تناولها في لالة ايام مع امكانية تكرارها .

**افطار كل يوم**

يجب ان تشتمل مائدة الافطار على ثريية من الخبز وقطعة من الزبد وملعقة من الزبد بالإضافة الى كوب من الشاي او القهوة ويمكن إضافة اللبن الحلي بالسكر الى الشاي او القهوة .

**السوائل**

عصير الليمون - انشاي - القهوة - اللبن .

**اليوم الاول**

وجبة خفيفة :

قطعة من الخبز - بيضة مقلىة بالسمك سلطة خس - فاكهة - كوب من عصير الليمون .

اذا اردت ان تتمى بحياة زوجية سعيدة فقم لزواجك هذه الوجبات .

**الوجبة الرئيسية**

قطعة من الكعك محمرة بالسمك وشفايا اليها بيض الفلفل الاسود - ثريية من البطاطس مضاف اليها بعض الكهون - ثريية من الخبز - سلطة خسار - ثمرة من الفاكهة اطازجة مثل التاج او البرتقال .

**اليوم الثاني**

وجبة خفيفة :

ثريية من الخبز - قطعة من الزبد ثريية من الجزر والفلف - بيضة مقلىة مضاف اليها كمية من الزنجبيل - ثريية من الكهري .

**الوجبة الرئيسية**

ثريية لحم محمرة بالسمك ومضاف اليها ملحقة من الزبد - طبق مكرونة مضاف اليه كمية من الفلفل الاسود - سلطة خسار - عصير ليمون نضجة واحدة .

**اليوم الثالث**

وجبة خفيفة :

٣ ثمرات من العاطف تقطع الى

من الان في فصل الربيع ، تزيت الطبيعة باحلى ما ، وليست لباسا جميلا ، واكتست الارض ، غيرة والتمها .

لقد شجع هذا الجمال العيون الى الخروج مع جيون الى المتزهات ، لمتزهات وذاك لقضاء امتع الساعات مع البعض ولكن ما هي لالة التي تعترض طريق

نحن نحب ان هذه لالة تتمثل في نظرة اي فتاة يسيها ورغبتها في ان تراه سنن حال .

نفضل ان زوجة ان يكون با متمسكا بقوام ريق وفي صحة جيدة وكله

التخلص من الانتفاخ وحالات عسر الهضم ويساعد على فتح الشهية

**\* الزنجبيل :**

وهو يفيد في حالات الانتفاخ البسمة حيث يساعد على الاكل من قانها السيء على الجسم .

**\* الكهون :**

وهو مفيد في علاج حالات عسر الهضم ويساعد على التخلص من القس الموي ويمكن استخدامه مع جميع انواع الطعام .

**\* القرفة :**

وهي تساعد على معادة المواد التثوية مع المواد الاخرى ويساعد

حيوية ونشاط .

ومن هنا يجبي دورنا وهو اننا سنقدم لكل زوجين الوجبات التالية الوجبة التي يتناولها كل يوم في صحة جيدة وخاصة بعد ان انتهى فصل الشتاء بوجبات البسمة التي تسبب امتلاء الجسم بالشم وعدم قدرته على العمل .

وسوف تحتوي وجباتنا على التوابل المختلفة التي تفتح الشهية وتجعل الطعام احلى مذاقا .

وهذه التوابل هي :

**\* الزعفر :**

وهو قد لا يكون موجودا الا عند بعض العطارين وهو يساعد على





# المباريات المصرية للدوري الممتاز - مصر عكا بتقرر في الناصرة فوز اسرائيل على المانيا - الدوري القسام في شهر ايلول

## رفعت ترك اللاعب الممتاز

بقلم : زهير شعبان

رفعت : الوين بن دور  
بش السبع ، ودايد بريد  
اللاعب الداخلي انه  
سؤال : لو كان  
تكوين منتخب فمن  
رفعت : يا جابر ، العرب  
خط الدفاع : اوري بنيس  
بريدور ، علي عثمان ،  
خط الوسط : فتور  
مليان ، ابا جابر  
جعدون دامي ، عود  
شيفر

سؤال : ما رايك  
الفرق العربية بكرة

رفعت : الحقيقة انها  
الفرصة مشاهدة مباريات  
لاحكم على مستواها سوى  
في منطقة تل ابيب وما  
خلال الاذاعة

سؤال : لقد اشترى  
المباراة التقليدية التي  
منتخب النجوم ضد  
مجد الكروم ، فما هو  
عن المباراة ؟

رفعت : المباراة جات  
المستوى على ما اتقد ،  
الفريقين وقيمتها بالفوز  
كانت المباراة مشهورة  
جا ، نتيجة كون حكم  
وغير لائق لادارة مباراة  
سؤال : من حاز

أعجابك من منتخب النجوم  
رفعت : علي قريب من  
احمد سحكي من شباب  
تقوى حامي مري شباب  
واريد ان اقول ان منتخب  
بترتيب نافي

سؤال : ما رايك  
المباراة التقليدية كل عام  
رفعت : انها فكرة جيدة  
ولكن يجب التفكير في  
التجويد ، ويجب العمل  
على الاقل مرة واحدة  
للتعارف واجراء ترمين  
على قدرة اللاعبين  
واسمح لي هنا ان اشكر  
زلفة على دعوتي للمشاركة  
عربي لعام ٧٦-٧٥

سؤال : بصدا تصد  
اللاعب العربي ليصبح  
من مركز ؟  
رفعت : اذا توفرت  
عليها ما قد قلت :  
على التمارين والاطاعة  
على حياة رياضية  
بالروح الرياضية

سؤال : من خلال  
وسائل الاعلام الاخرى  
انك مستعظم لتض  
اللاعبين في كندا  
رايك ؟  
رفعت : اولا اريد ان  
اذكرك اني من طلبة  
وانا من ذلك لاني  
تقديري في المباريات  
كجيتة الصف من قدرتي  
عندما فرت عن دعوتي  
ان تتبع المدرب  
بقدري وفرد دعوتي  
ايضا لاني ساشترك في  
الاولمبية من ذلك مراد  
سؤال : ما هذا  
للمنتخب الوطني الاسرائيلي  
رفعت : كل خير وان  
العام ضمن الدرجة  
وان اقدم عرضا جدي  
واحد شيا مرمي فرق  
فتمتعت لرفعت التوقيع  
الخطوط التي اعطاه  
السطور وبقية المعج  
ينتظرون انتهاء  
يطرح الاسئلة عليه  
منه هو قد قطع  
احراز الاعداد  
القصة التي قد  
ضمه الى المنتخب  
صاحبة رضى ، رعت  
موتريال .. في مباريات

الذي حل جميع المشاكل وقال انه  
منح العناصر الفرصة  
وقدتها فكان ما قال  
سؤال : كيف تفسر  
احد الافراد الداهين في  
الفريق اليوم بينما ترى  
اعتبروا نجوما في السابق  
يجلسون على مقعد الاحتياط  
بانتظار فشلك انت وزملائك  
من العناصر الشابة ؟  
رفعت : قلت لك انه  
ان تعطي للعناصر الشابة  
الفرصة فرصة

الفرق العربية بكرة

رفعت : الحقيقة انها  
الفرصة مشاهدة مباريات  
لاحكم على مستواها سوى  
في منطقة تل ابيب وما  
خلال الاذاعة

سؤال : لقد اشترى  
المباراة التقليدية التي  
منتخب النجوم ضد  
مجد الكروم ، فما هو  
عن المباراة ؟

رفعت : المباراة جات  
المستوى على ما اتقد ،  
الفريقين وقيمتها بالفوز  
كانت المباراة مشهورة  
جا ، نتيجة كون حكم  
وغير لائق لادارة مباراة  
سؤال : من حاز

أعجابك من منتخب النجوم  
رفعت : علي قريب من  
احمد سحكي من شباب  
تقوى حامي مري شباب  
واريد ان اقول ان منتخب  
بترتيب نافي

سؤال : ما رايك  
المباراة التقليدية كل عام  
رفعت : انها فكرة جيدة  
ولكن يجب التفكير في  
التجويد ، ويجب العمل  
على الاقل مرة واحدة  
للتعارف واجراء ترمين  
على قدرة اللاعبين  
واسمح لي هنا ان اشكر  
زلفة على دعوتي للمشاركة  
عربي لعام ٧٦-٧٥

سؤال : بصدا تصد  
اللاعب العربي ليصبح  
من مركز ؟  
رفعت : اذا توفرت  
عليها ما قد قلت :  
على التمارين والاطاعة  
على حياة رياضية  
بالروح الرياضية

سؤال : من خلال  
وسائل الاعلام الاخرى  
انك مستعظم لتض  
اللاعبين في كندا  
رايك ؟  
رفعت : اولا اريد ان  
اذكرك اني من طلبة  
وانا من ذلك لاني  
تقديري في المباريات  
كجيتة الصف من قدرتي  
عندما فرت عن دعوتي  
ان تتبع المدرب  
بقدري وفرد دعوتي  
ايضا لاني ساشترك في  
الاولمبية من ذلك مراد  
سؤال : ما هذا  
للمنتخب الوطني الاسرائيلي  
رفعت : كل خير وان  
العام ضمن الدرجة  
وان اقدم عرضا جدي  
واحد شيا مرمي فرق  
فتمتعت لرفعت التوقيع  
الخطوط التي اعطاه  
السطور وبقية المعج  
ينتظرون انتهاء  
يطرح الاسئلة عليه  
منه هو قد قطع  
احراز الاعداد  
القصة التي قد  
ضمه الى المنتخب  
صاحبة رضى ، رعت  
موتريال .. في مباريات

الفرق العربية بكرة  
رفعت : الحقيقة انها  
الفرصة مشاهدة مباريات  
لاحكم على مستواها سوى  
في منطقة تل ابيب وما  
خلال الاذاعة

الفرق العربية بكرة

رفعت : الحقيقة انها  
الفرصة مشاهدة مباريات  
لاحكم على مستواها سوى  
في منطقة تل ابيب وما  
خلال الاذاعة

سؤال : لقد اشترى  
المباراة التقليدية التي  
منتخب النجوم ضد  
مجد الكروم ، فما هو  
عن المباراة ؟

رفعت : المباراة جات  
المستوى على ما اتقد ،  
الفريقين وقيمتها بالفوز  
كانت المباراة مشهورة  
جا ، نتيجة كون حكم  
وغير لائق لادارة مباراة  
سؤال : من حاز

أعجابك من منتخب النجوم  
رفعت : علي قريب من  
احمد سحكي من شباب  
تقوى حامي مري شباب  
واريد ان اقول ان منتخب  
بترتيب نافي

سؤال : ما رايك  
المباراة التقليدية كل عام  
رفعت : انها فكرة جيدة  
ولكن يجب التفكير في  
التجويد ، ويجب العمل  
على الاقل مرة واحدة  
للتعارف واجراء ترمين  
على قدرة اللاعبين  
واسمح لي هنا ان اشكر  
زلفة على دعوتي للمشاركة  
عربي لعام ٧٦-٧٥

سؤال : بصدا تصد  
اللاعب العربي ليصبح  
من مركز ؟  
رفعت : اذا توفرت  
عليها ما قد قلت :  
على التمارين والاطاعة  
على حياة رياضية  
بالروح الرياضية

سؤال : من خلال  
وسائل الاعلام الاخرى  
انك مستعظم لتض  
اللاعبين في كندا  
رايك ؟  
رفعت : اولا اريد ان  
اذكرك اني من طلبة  
وانا من ذلك لاني  
تقديري في المباريات  
كجيتة الصف من قدرتي  
عندما فرت عن دعوتي  
ان تتبع المدرب  
بقدري وفرد دعوتي  
ايضا لاني ساشترك في  
الاولمبية من ذلك مراد  
سؤال : ما هذا  
للمنتخب الوطني الاسرائيلي  
رفعت : كل خير وان  
العام ضمن الدرجة  
وان اقدم عرضا جدي  
واحد شيا مرمي فرق  
فتمتعت لرفعت التوقيع  
الخطوط التي اعطاه  
السطور وبقية المعج  
ينتظرون انتهاء  
يطرح الاسئلة عليه  
منه هو قد قطع  
احراز الاعداد  
القصة التي قد  
ضمه الى المنتخب  
صاحبة رضى ، رعت  
موتريال .. في مباريات

## الرياضة

### نتائج مباريات الدرجة الاولى

#### المباريات الحاسمة لفرق الدرجة الاولى

#### فوز الناصرة على نخليل ، ولقاءه بعد غد مع نهاري

مباريات فرق الدرجة الاولى في المنطقة الشمالية كانت حافلة بالاحداث الرياضية حيث ان فريق هوعيل عكا لم يضمن لنفسه بعد الصعود الى الدرجة الممتازة ، ويقرر مصر العرش في هذه المنطقة على ملعب الناصرة عندما يلتقي هوعيل عكا مع شباب الناصرة يوم السبت القادم نتيجة تعادل او فوز هوعيل عكا تؤدي الى صعود الى الدرجة الممتازة .

وفيما يلي باقي نتائج مباريات فرق الدرجة الاولى في المنطقة الشمالية :  
هوعيل عكا - كريات ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل طبريا ٢ : ١  
هوعيل عكا - مكابي الناصرة ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١  
هوعيل عكا - هوعيل نهاريا ١ : ١

## نتائج مباريات الدوري الممتاز

### من يفوز بالبطولة ومن يهبط ؟

تسعون دقيقة فقط لانها ، مباريات الدوري الممتاز ، وبالرغم من اجراء كل فريق ٣٣ مباراة ، غير انه لم يتمكن اي فريق بعد من ان يفوز لنفسه بطولة الدوري الممتاز .

فالتنافس مستمر بين هوعيل بشر السبع الذي يحتل المرتبة الاولى وخمس هوعيل القدس الذي يحتل المرتبة الثانية . وفي الالقاء التشرين يوم السبت القادم سيقرر من من الفريقين سيفوز بالبطولة .

اما الفرق التي ستبهك الى مستوى الفرق الاخرى فهي :  
مكابي دات عبيد ، بني يهودا وهوعيل الخضيرة .

اما الفريق الرابع فلم يحدد بعد لان واحدا من بين ست فرق مرشح للهبوط الى مستوى الفرق الاخرى . وهذه الفرق هي الفرق التي تحتل

المرتبة ١٠ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

الفرق التي تحتل المرتبة ١١ والفرق :  
١ - بشر السبع ٤٢  
٢ - بيتار القدس ٤٠  
٣ - شمشون ٣٦  
٤ - هوعيل حيفا ٣٦  
٥ - مكابي نتانيا ٣٥  
٦ - هوعيل تل ابيب ٣٤  
٧ - مكابي حيفا ٣٤  
٨ - هوعيل القدس ٣٤  
٩ - مكابي تل ابيب ٣٣  
١٠ - مكابي بيت لحم ٣٣  
١١ - هوعيل بيت لحم ٣٣  
١٢ - مكابي حيفا ٣٣  
١٣ - هوعيل تل ابيب ٣٣  
١٤ - مكابي حيفا ٣٣  
١٥ - مكابي حيفا ٣٣  
١٦ - هوعيل القدس ٣٣  
١٧ - بني يهودا ٣٣  
١٨ - مكابي عبيد ٣٣

## المنتخب الوطني

اعداد : نسيم طوقان - حيفا

١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢	٢٣	٢٤	٢٥	٢٦	٢٧	٢٨	٢٩	٣٠	٣١	٣٢	٣٣	٣٤	٣٥	٣٦	٣٧	٣٨	٣٩	٤٠	٤١	٤٢	٤٣	٤٤	٤٥	٤٦	٤٧	٤٨	٤٩	٥٠	٥١	٥٢	٥٣	٥٤	٥٥	٥٦	٥٧	٥٨	٥٩	٦٠	٦١	٦٢	٦٣	٦٤	٦٥	٦٦	٦٧	٦٨	٦٩	٧٠	٧١	٧٢	٧٣	٧٤	٧٥	٧٦	٧٧	٧٨	٧٩	٨٠	٨١	٨٢	٨٣	٨٤	٨٥	٨٦	٨٧	٨٨	٨٩	٩٠	٩١	٩٢	٩٣	٩٤	٩٥	٩٦	٩٧	٩٨	٩٩	١٠٠
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

الكلمات العمودية	الكلمات الأفقية
١ - ابو اسحاق واسحق	١ - جريدة مصرية
٢ - ياقق	٢ - عاصمة عربية
٣ - عقال - شرعة بصات اسرائيلية	٣ - عكسا احد الموالدين - عكسا
٤ - لتتريف	٤ - قوة حامية
٥ - آزر - نزال	٥ - ما يلي البرق - وجع
٦ - ركض - شكاك	٦ - اوجاع - ما يفرق من الجسم (مضروب)
٧ - يستعمل لزيئة النساء - حصة	٧ - سهل - اقاح
٨ - قادم - علم الترم - حرف جر	٨ - يعني بيوت (مقلوبة)
٩ - داخل	٩ - ايعلم
١٠ - دولة في امريكا الوسطى	١٠ - دولة في امريكا الوسطى

## الدرجة الاولى





عرب اسرائیل و فلسطین کے درمیان جاری ہو رہی ہے۔

---